仁淀川町広報

によど川

2022 12月号

【表紙の写真】
長者deキャンドルナイト
（11月5日撮影　関連記事P4）

【目次】

吉田類さん　仁淀川町でラジオ収録 …… P2
バレーボール夏季大会「池川PJC」優勝 …… P3
令和5年度保育所（園）入所のご案内 …… P7
年末年始業務のお知らせ …… P8

高知市小学生バレーボール夏季大会「池川ＰＪＣ」優勝！！

優勝した「池川PJC」の選手たち

10/9 高知市総合体育館で「第40回高知市小学生バレーボール夏季大会」が開催され、「池川パワージュニアーズクラブ」が男女混合の部で優勝しました。

予選リーグでは、優勝経験のある強豪２チームを相手に大接戦を制して、決勝トーナメントへ進みました。

準決勝は十津と対戦し、３セットにもつれこむ接戦の末、最後はサーブで相手を崩して勝利しました。

越知との決勝戦では、連戦の疲れもみえる中、力を出しきって圧勝し、男女混合チームとしてはうれしい初優勝です。

今大会では、ミスが続いて自分たちのリズムが崩れそうなときもありましたが、選手同士が声を掛け合い、一人一人があきらめないでボールをつなげるなど、成長した姿を見せてくれました。

アタック攻撃する金尾選手

サーブを打つ竹中選手

【試合結果】

予選リーグ	１回戦	池川	２－１	横浜新町
	２回戦	池川	２－０	泉野
決勝トーナメント				
	準決勝	池川	２－１	十津
	決　勝	池川	２－０	越知

仁淀川町シルバー人材センター　シルバーボランティアの日

10/15 シルバー事業普及啓発促進月間に合わせて、会員20人が参加して、今年も旧吾川中グラウンド周辺の草刈りと木の伐採および松の木剪定（せんてい）、校舎下の公園の草刈りのボランティア活動を行いました。また当日、石などの飛散事故を防ぐための刈払い機（カルマー刈払い機）の講習会も実施しました。

信頼され愛され事故のないセンターになるために、この活動を今後も続けていくとのことです。

ボランティア活動に参加した会員

“６０歳からの活きイキ宣言！”
あなたも仁淀川町シルバー人材センターに入会しませんか！！
会員募集中

■問い合わせ
（一社）仁淀川町シルバー人材センター　☎35−0020

木の剪定作業

吉田類さん　仁淀川町でラジオ収録

10/24・10/25 仁淀川町観光特使の吉田類さんがエフエム高知のラジオ番組「吉田類の類語録」の収録で仁淀川町を訪れました。

吉田類さんは、仁淀川町役場で古味実町長と対談後、ムカイクラフトブルーイング（下名野川）で４種類のクラフトビールを飲み比べし、それぞれ違った味を楽しみました。翌日は、鳥形山森林植物公園を案内人の北平地則夫さんと一緒に歩き、植物について説明を受けた後、元地域おこし協力隊の奥野大地さんが10月にオープンした「喫茶おっくん家（とこ）」（土居甲）でランチを堪能しました。

収録を終えて、吉田類さんは「仁淀川町は、おいしいクラフトビールがあって、おいしい料理があって本当にいい所。あたたかい人がたくさんいて、みんな仲がいいですよね。また、来ます」と話していました。

なお、今回の収録分の放送日は以下のとおりです。ぜひお聞きください。

古味町長と吉田類さん

ランチを楽しむ類さん

北平地さん（左）と類さん（右）

吉田類の類語録
FM高知（81.6MHz）　放送時間

○**ムカイクラフトブルーイング編**
１２月　５日（月）13：30～13：55

○**鳥形山森林植物公園編**
１２月１２日（月）13：30～13：55

○**喫茶おっくん家編**
１２月１９日（月）13：30～13：55

四国４局ネットで放送中

FM徳島	毎週土曜日	18：30～18：55
FM愛媛	毎週土曜日	19：00～19：25
FM高知	毎週月曜日	13：30～13：55
FM香川	毎週水曜日	12：30～12：55

吉田類さん【よしだ・るい】
1949（昭和24）年生まれ。仁淀川町出身。シュールアートの画家としてパリで活躍後、日本でイラストレーター、俳人として活躍。90年代からは酒場や旅をテーマに執筆を始める。人気TV番組に「吉田類の酒場放浪記」がある。
平成23年10月14日から仁淀川町観光特使。

お菓子をくれないといたずらするぞ!
ふたば保育所園児がハロウィーン

10/31 ３年ぶりにふたば保育所の園児たちがハロウィーンを行いました。

園児たちは、魔女やモンスターなどに仮装し、「トリック・オア・トリート（お菓子をくれないといたずらするぞ）」と元気に声をかけながら森地区の商店街を練り歩きました。

仁淀総合支所を訪れた園児たち

仁淀川町と高知市は広域避難所の協定を結びました

協定式後の岡﨑高知市長（左）と古味町長

避難所施設の説明をする古味町長（右）

11/1

高知市役所で広域避難所の協定締結式が行われました。広域避難所とは、沿岸自治体が津波などに襲われた際、長期の避難生活を余儀なくされる人たちを内陸の自治体が受け入れる取り組みです。

高知市は、南海トラフ地震発生後、最大約4万人分の避難所が不足するとされており、市外への避難所の確保を急いでいます。この度、以前から長者地域や大植地域が高知市二葉町の自主防災会と交流があった関係から、高知市から「泉川多目的研修集会施設を広域避難所に使用させていただけないか」と話があり、同施設に旧大崎小学校体育館を加えた、2施設の協定を結びました。2施設の収容人員は263人です。

岡﨑誠也市長は「避難先では住民同士が顔見知りだということが大事。仁淀川町と連絡を密にとり合っていきたい」、また古味町長は「平時から一緒に避難訓練を行うなど交流を深めたい」と話していました。

この協定締結により、今後の仁淀川町と高知市のさらなる交流が期待されます。

中学校ソフトボール部表敬訪問

左から黒川一彦教育長、藤原大輔選手、大石裕也監督、古味実町長、山中陸功選手、竹本雅浩副町長

10/21

仁淀・池川・尾川中学校ソフトボール合同チームが8月に北海道で行われた全国中学校ソフトボール大会において3位入賞を果たしました。このことを受け、池川中学校と仁淀中学校の両キャプテンが古味町長のもとへ表敬訪問を行いました。

池川中学校キャプテンの山中陸功選手は「この経験を生かして、これからも頑張ります」、仁淀中学校キャプテンの藤原大輔選手は「応援ありがとうございました」と、それぞれの言葉で感謝やこれからの抱負を伝えました。古味町長は「たくさんの方々の支えへの感謝の気持ちを忘れないでほしい。これからの活躍も期待しています」と話しました。

2022個のキャンドル点灯 長者deキャンドルナイト

にぎわいを見せただんだんの里周辺の広場

11/5

3年ぶりに長者の大イチョウ前の棚田で、だんだんくらぶ（西森勇幸会長）主催の「長者deキャンドルナイト」が開催され、2022個のキャンドルの光が闇夜に浮かぶ幻想的な棚田を映し出しました。

当日は、長者小学校児童による合奏や、「豆電球」のコンサート、「一圓想」による和太鼓などが行われ会場を盛り上げました。

柔らかな光が浮かび上がり、うっとりと眺める人や、写真を撮る人など多くの人を魅了しました。

冬のお風呂にご用心！
～ヒートショックを防ぎましょう～

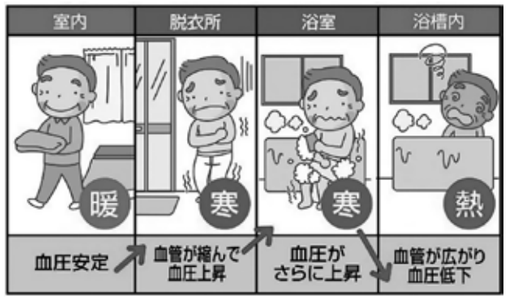
お風呂の最中、頭が「くらくら」すると感じたことはありませんか？それは「ヒートショック」の兆候かもしれません。今回は冬場に多いお風呂での事故「ヒートショック」についてご紹介します。

◆ヒートショックとは？

ヒートショックとは、急激な温度変化によって身体がダメージを受けることといわれています。（日本医師会）

気温差の激しい場所を何度も行き来することで、血圧が急激に変化し、心臓へ負担がかかったり、脳貧血による意識障害を起こしたりします。こういったダメージは、転倒や心筋梗塞・脳卒中など重大な病気や事故にもつながります。厚生労働省人口動態統計（令和2年）によると、高齢者の浴槽内での不慮の溺死および溺水の死亡者数は4,724人で、交通事故死亡者数2,199人の約2倍となっており、発生場所も家や施設の浴槽における事故が多いです。

冬場の入浴は、暖かい部屋から寒い脱衣所や浴室への移動、浴槽の熱いお湯などヒートショックが起こりやすい環境であり、血圧が不安定な方や、お風呂場で立ちくらみやめまいを起こしたことがある方は注意が必要です。



◆6つのポイントで予防しよう

①浴室を暖める：入浴前にお風呂のふたを開けておきましょう。また、浴室の床にお湯をかけたり、浴室マットを敷いてみましょう。
②脱衣室を暖める：床にマットを敷いたり、温風ヒーターやストーブを活用しましょう。
③お湯の温度は41度以下に。
④入浴前に水分補給：入浴の15～30分前にコップ一杯の水分を取りましょう。
⑤かけ湯をしてからお湯につかる。
⑥お湯につかるのは10分以内に。

◆お風呂以外でもご注意を

居室は暖かい、廊下やトイレは寒いという経験はありませんか？　ヒートショックのリスクはお風呂以外にも潜んでいます。お風呂だけでなく、おうち全体で意識してみましょう。

①カーテンを閉め、窓からの冷気を防ぐ。
②トイレや玄関に近い廊下にヒーターやストーブを置く。
③トイレには暖かい便座シートを敷く。
④マットやスリッパなどで素足の触れる範囲を少なくする。

寒さが続く中、お風呂は一日の疲れを癒やす楽しみの時間の一つである方も多いと思います。お風呂を安心・安全に楽しみ、今年も冬を元気に乗り越えましょう。

■問い合わせ　仁淀川町役場　保健福祉課　☎３５－０８８８
池川総合支所　住民福祉課　☎３４－２１１２　　仁淀総合支所　住民福祉課　☎３２－１１３２

手続きが必要です！

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金について

令和4年12月上旬より、住民税非課税世帯等に対する電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金の対象となる世帯へ確認書を順次お送りいたします。確認書がお手元に届いた方は、内容を確認して同封の返信用封筒でご返送ください。

また、令和4年1月以降に**家計急変のあった住民税非課税相当の世帯（※）**に該当すると思われる世帯の方につきましては、申請が必要となりますので、担当窓口までお問い合わせください。

※令和4年1月以降の任意の1カ月に収入の減少があれば申請が可能です。

■支給金額

１世帯あたり５万円

■申請先

申請時点で住民票を登録している市町村

■申請期限

令和５年１月31日

■申請方法

・確認書が届いた方

内容を確認して同封の返信用封筒でご返送ください。

・令和４年１月以降に家計急変のあった住民税非課税相当の世帯の方

申請書を記入して、下記の①～③の書類を添付して提出してください。

①収入額が確認できる書類　②本人確認書類　③通帳のコピー

■問い合わせ

仁淀川町役場　町民課　☎35−1088

池川総合支所　住民福祉課　☎34−2111

仁淀総合支所　住民福祉課　☎32−1111

マイナンバーカード休日窓口のお知らせ

平日に役場へお越しいただけない方のために、マイナンバーカードの申請および写真の撮影、カードの受け取りなどができるようになっています。マイナポイント申し込みのサポートも行いますので、ぜひお越しください。

そろそろ、あなたもマイナンバーカード

■日　時　12月25日(日)　午前9時から正午まで

■場　所　仁淀川町役場　町民課

■必要書類

①通知カード

②本人確認書類

A 書類(いずれか1点)

免許証、身体障害者手帳、パスポートなど

B 書類(いずれか2点)

健康保険証、介護保険証、医療受給者証、年金手帳など

③「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼　照会書」のはがき(マイナンバーカードを受け取る方のみ)

④住基カード(お持ちの方のみ)

⑤代理権の確認書類

※15歳未満の方または成年被後見人の方は、法定代理人が同行し、代理権の確認書類(戸籍謄本や登記事項証明書)と、本人と法定代理人の本人確認書類が必要(同一世帯の親などは不要)。

⑥通帳(公金受取口座の登録を行う方のみ)

■問い合わせ

仁淀川町役場　町民課　☎35−1088

池川総合支所　住民福祉課　☎34−2111

仁淀総合支所　住民福祉課　☎32−1111

令和５年度保育所（園）入所のご案内

令和５年４月から、新たに保育所（園）へ入所を希望される方は、次の要領で申し込みを受け付けします。受付期間内に教育委員会まで申込書を提出してください。

（入所中の方には、施設から継続利用の申請書類を配布します。）

※保育施設に入所するためには、保護者が【入所基準】に該当していなければなりません。

入所基準	①就労中または就労予定（月48時間以上） ②妊娠・出産（産前産後２カ月間） ③疾病、障害を有している ④同居の親族（長期入院中等の親族を含む）を常時介護、看護している ⑤災害（震災、風水害など）の復旧に当たっている ⑥求職活動（起業の準備を含む）をしている ⑦就学中、または職業訓練を受けている ⑧育児休業中の継続利用
配布・受付期間	令和４年12月２日（金）～令和４年12月23日（金）
申込書類など配布場所	仁淀川町教育委員会・池川総合支所・仁淀総合支所・長者出張所・名野川出張所
書類受付場所	仁淀川町教育委員会（仁淀川町役場２階）
受付時に持参する物	○教育・保育給付認定申請書兼利用申込書および添付書類（就労証明書など）
利用決定通知	後日保護者あてに文書で通知します。
令和５年５月以降の入所申し込み	入所希望月の前月15日までにお申し込みください。

※保育内容などにつきましては、直接保育所にお問い合わせください。

※広域入所（他の市町村にある保育所への入所）については、相手方市町村との協議が必要となりますので、お早めに申請書提出をお願いいたします。（相手方市町村の状況によっては、ご希望に添えない場合もあります。）

■問い合わせ　仁淀川町教育委員会　☎35−0019

■保育所（園）の連絡先

大崎保育所　☎35−0152

ふたば保育所　☎32−1021

長者保育所　☎32−1756

池川保育園　☎34−2427

（池川保育園は、令和５年４月から認定こども園化を予定。入所基準に該当する方は、今まで通り仁淀川町教育委員会にお申し込みください。教育標準時間（８時30分～16時）利用の１号認定の方は、直接池川保育園にお申し込みください。）

年末年始業務のお知らせ

業務／連絡先	12/26（月）	27（火）	28（水）	29（木）	30（金）	31（土）	1／1（日）	2（月）	3（火）	4（水）	5（木）	6（金）
役場窓口 町民課　☎35−1088				休	休	休	休	休	休			
				※戸籍に関する各種届け出は受け付けします。（本庁のみ）								
仁淀川町林業振興センター ☎20−9911				休	休	休	休	休	休			
大崎診療所 ☎35−0211				休診	休診	休診	休診	休診	休診			
仁淀診療所 ☎32−1125				休診	休診	休診	休診	休診	休診			
交流センター図書室 ☎20−9922			休	休	休	休	休	休	休	休		
清掃センター （ごみの受け付け） ☎22−3111						午後休	休	休	休			
ごみ収集 ※詳細については「ごみ収集日程表」でご確認ください。						休	休	休	休			
バス運行 町内定期路線 総務課　☎35−0111						運休 ※橋合崎線運織大の行	運休	運休	運休			
バス運行 コミュニティバス 総務課　☎35−0111				運休	運休	運休	運休	運休	運休			
バス運行 黒岩観光バス ☎22−9225							運休					
衛生センター （し尿汲み取り） ☎26−0305					休	休	休	休	休			
高吾苑 （火葬業務） ☎22−4544							休	休	休			
							※受付業務は行っています。					

***** 清掃センターへごみを持ち込みされる方へ *****

年末は大変混み合います。清掃センターへ直接搬入される方は、**ごみを分別した状態で早めに持ち込んでください。**

※1/7（土）、8（日）は休み、1/9（月）は収集のみ受付です。

〈高吾北衛生センターからのお願い〉

家庭より収集運搬する際、し尿、浄化槽汚泥に、「紙おむつ・水溶性でないペーパー・生理用品・ビニール・ブラシ・布類等」が混入されていることがあります。収集時にホースに詰まって業務が中断したり、高吾北衛生センターの処理工程でポンプに詰まるなど業務に支障が出る場合があります。

上記の紙おむつなどは、可燃ごみとして指定ごみ袋に入れて収集日に出していただき、便槽内には入れないようにお願いします。

年末年始のし尿の汲み取りは、**12月29日（木）で終了し、1月4日（水）から受け入れを開始**いたします。

国民健康保険・後期高齢者医療保険加入の方へ

第三者行為によるけがなどは届け出が必要です

自分以外の第三者による行為によってけがをしたり、病気になったときは役場まで連絡してください。
たとえば、次のようなケースが第三者行為に該当します。

自動車や二輪車などの交通事故

ゴルフでの他人の打球によるけが

ケンカなど傷害行為によるけが

飲食店などでの食中毒

他人のペットによるけが

役場に届け出をしなかったり、届け出をする前に加害者と示談を行ってしまうと加害者に治療費の請求ができない可能性があります！

また、業務中などの事故などで労災保険の対象となる場合、保険証を使用しての受診はできません。

万一、交通事故にあってしまったら

1 警察・救急車を呼び、加害者について確認する

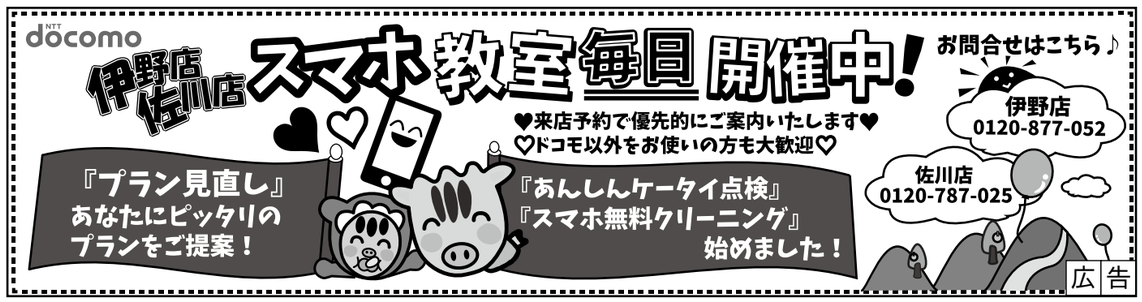
・交通事故証明書が必要となりますので、小さな事故でも警察に連絡してください。
・加害者の氏名、住所、連絡先を確認する。
※自損事故で同乗者がけがしたときは運転者が加害者となります。

2 役場と保険会社に連絡し、医師の診察を受ける

・医療機関窓口で、第三者行為によるけがであることを伝え、軽いけがでも診察を受ける。

■問い合わせ

仁淀川町役場	町民課	☎３５−１０８８
池川総合支所住民福祉課		☎３４−２１１１
仁淀総合支所住民福祉課		☎３２−１１１１
高知県後期高齢者医療広域連合		☎０８８−８２１−４６７７



交通安全協会からのお知らせ

交通安全協会佐川支部・佐川警察署　☎22−0110
交通安全協会は、皆さまの会費で運営されています。ご協力よろしくお願いします。

年末年始の交通安全運動

実施期間　令和4年12月6日（火）～12月15日（木）
令和5年1月10日（火）～1月19日（木）

年末年始は、飲酒の機会が多くなり、交通量も増加します。
県民一人一人が交通安全に対する意識を高め、交通ルールをしっかり守り、安全で安心な人にやさしい交通環境をつくることにより、交通事故を防止することを目的とします。

年末年始の更新手続きについて

年末年始は、更新窓口が大変混み合います。
更新期間は、誕生日の前後1カ月（2カ月間）です。余裕を持って手続きをしてください。
佐川署の受け付けは、年内は12月28日（水）まで
年明けは1月4日（水）から通常業務です。
免許センターは、特に混雑が予想されるので、お手続きは、ぜひ佐川署にお越しください。

『年間500円(×有効年)』で会員へ!
今月の「加盟店」ピックアップ紹介!

㈲坂本商店
～配達料
無料サービス～
佐川町乙2180
☎0889−22−0010

地域安全アドバイス

高吾北地区地域安全協会事務局（佐川警察署　刑事生活安全課内）　☎22−0560

年末年始は鍵掛けを心がけよう
～鍵掛けで空き巣からお家を守ろう～

1　朝のごみ出しなど短時間であっても必ず鍵を掛けましょう。

2　戸建ての2階や集合住宅などの上階の方も、窓の鍵を掛けましょう。

3　家に居るときでも玄関の鍵は内側からしっかり掛けておきましょう。

高吾北消防本部からのお知らせ

冬の「隠れ脱水」に注意を

冬は空気が乾燥しているので汗をかいても気付きにくく、寒いので水分を取るのも控えめになりがちです。そのため、気付いたときには脱水症の一歩手前という、「隠れ脱水」と呼ばれる症状になりやすいのです。
脱水状態になると脳梗塞や心疾患などの重篤な病気を引き起こしやすくなるので大変危険です。

■症状の起こりを見逃さないように

①肌の乾燥
肌の乾燥は水分不足のサイン。冬は空気が乾燥しているので肌の乾燥対策として皮膚表面の保湿には注意を払っているかもしれません。でも、体の内部からの水分の補給も必要なのです。

②口中の粘つき
口の中が何だかねばねばする、と感じたら脱水が始まっているサイン。水分不足が起きているのです。

③体のだるさ
体がだるい、気力が出ない、という場合も、脱水が起きている可能性があります。

④めまいや立ちくらみ
体内の水分が少ない状態だと、血液が濃くなり、いわゆる「ドロドロ血液」の状態になっていて、めまいや立ちくらみ、ふらつく、といった場合は、脱水がかなり進行している恐れがあります。

■症状を起こさないために

こまめな水分補給が体を守ります。温かい飲み物で体を温めながら水分補給しましょう。
また、空気が乾燥していると皮膚から水分がどんどん失われてしまいます。室内の加湿をして乾燥を防ぎましょう。
冬は厚着をして睡眠をとるので、夜寝ている間に水分が多量に失われてしまいます。朝起きたらまず水分補給を心がけましょう。

■問い合わせ
高吾北消防本部（署）　☎26−2111

広告

●ご自宅葬の費用で、
充実の会館葬をご提供いたします

［ご葬儀・ご葬祭］
お通夜、ご葬儀（会館葬・自宅葬）※（埋葬労務派遣）
病院からの寝台車手配
法事・法要　ご会食

［講演会などに］
ホール（50～100席）
和室（20畳）ロビー（30席）※バリアフリー対応

［お墓のご相談（説明会も開催します）］
墓地の設計・施工・造成工事
墓石・石材の販売　お墓のお掃除（回数ご相談）

ふるさとを想う心で
光明会館
24時間受付・四国陸運局認可
フリーダイヤル 0120-823-868
〒781-1521高知県吾川郡仁淀川町本村63
TEL0889-20-2060 FAX0889-35-1811

来てね!

仁淀川町地域子育て支援センター

親同士の出会いや交流の場であり、子どもたちが自由に遊びかかわり合うことのできる場として仁淀川町地域子育て支援センターを設置しています。興味のある方は気軽に遊びに来てください。

12月22日(木)11：00～12：00

「クリスマス会」　場所　ひまわり広場

毎年恒例のクリスマス会を計画しました。
初めての方や、妊娠中の方もこの機会に遊びに来てみませんか？
みんなで楽しい時間を過ごしましょう!!
※準備の都合上、参加できる方は16日(金)までに連絡をお願いします。

ひまわり広場の場所は、大崎保育所ホール横の部屋です。
開所時間　9：30～12：00　　13：30～16：00
※講座や行事に参加できる方は、前日までに連絡をお願いします。
※講座や行事がある場合は、始まる時間までにお集まりくださいね。

12月 行事予定

※上の段は午前・下の段は午後の開設広場です。

月	火	水	木	金
			1 **離乳食講習会** ひまわり広場	2 ひまわり広場 ひまわり広場
5 ひまわり広場 ひまわり広場	6 **お誕生会** ひまわり広場	7 ひまわり広場 **ままちっち(母乳相談)**	8 ひまわり広場 **ふれあいタイム**	9 ひまわり広場 ひまわり広場
12 **ゆっくりタイム** **ゆっくりタイム**	13 ひまわり広場 ひまわり広場	14 ひまわり広場 ひまわり広場	15 **乳幼児健診** **乳幼児健診**	16 ひまわり広場 ひまわり広場
19 **製作タイム(お正月)** ひまわり広場	20 **製作タイム(お正月)** ひまわり広場	21 ひまわり広場 **ままちっち(母乳相談)**	22 **クリスマス会** **後片付け**	23 **小児科医と語ろう** **個別相談(要予約)**
26 **ゆっくりタイム** **ゆっくりタイム**	27 ひまわり広場 ひまわり広場	28 ひまわり広場 **大掃除**	29 新年は1月4日(水)からひまわり広場始まります。	30

※詳しくは、保健福祉課や池川支所・仁淀支所・長者出張所に置いてある今月のお便りにあります。
※分からないことなどあれば、気軽に電話連絡をしてくださいね。　(仁淀川町地域子育て支援センター☎35-0433)

図書室便り

交流センター図書室　開室時間　10:00~18:00
休室日　水曜日、祝日、第4金曜日、年末年始
☎20-9922　FAX20-9411

Vol.13

本格的な寒さがやってきましたね。
今年もたくさんの皆さまにご利用いただきありがとうございました。
12月は師走とも呼ばれますが、他にも古い年を除くという意味で除月と呼ばれたり、春への期待を込めて春待月と呼ばれることもあるそうです。1年の終わりであるとともに新しい一年に思いをはせる月でもある12月、今年の読み納めに図書室の本をぜひご利用ください。

今月の展示

・クリスマスの本
・映像化された本特集
・お正月・十二支(中旬から)

図書室アンケートにご協力いただきありがとうございました!

ご意見やご要望のほか、「図書室ができてうれしい」や、「いつも利用しています」など、うれしいお言葉をたくさんいただきました。ありがとうございます。
その中の質問やご要望について、今回から少しずつ回答していきます。

Q　推理小説や剣豪もの、伝記を増やしてほしい。
A　いろいろなジャンルの本を増やしていきたいと考えています。リクエストが多ければ優先的に購入します。

Q　目が疲れやすくなり、読みたいけど難しくなり残念。
A　図書室には大活字本という文字の大きな本も置いています。また、拡大読書器という文字を大きくしたり、文字の色とページの色を反転できる機器もありますのでご利用ください。

Q　本のカバーをきちんと保護してほしい。
A　図書室の本は専用のブックカバーでコートしています。利用者さんにもセロハンテープは使わないようお願いしております。寄贈していただいた本などの一部には余計に本を傷めないようにブックコートをしていないものもあります。

Q　どういった基準で本を選んでいるのか教えてほしい。
A　図書室には選書基準があり、その基準に従って選書しています。

Q　池川小学校の横に図書室分室を置いてほしい。役場の近くか学校の近くにしてほしい。
A　交流センター図書室の他に役場長者出張所1階に長者図書室が、池川保健福祉センターの1階に池川図書室があります。どちらも学校の近くです。出合えていなかった本が見つかるかもしれません。

今月のPick up

『冬』(アリ・スミス／著)
実業家を引退し、孤独に暮らす老いた女性。その凍り付いた心が息子が連れてきた偽の恋人との出会いで少しずつ溶けてゆく。

『そば打ち教本』(全麺協／編)
年越しそばを本格的に打ってみませんか?各地域の郷土そばの技術とその特徴も紹介されています。

『12か月栽培ナビ　シクラメン』(吉田健一／著)
シクラメンの品種や栽培方法まで写真つきで載っています。

『ピーターラビットのクリスマス』(レイチェル・ボーデン／著)
12月1日から25日まで1日1話という楽しみ方ができます。

『星空としょかんへ　ようこそ』(小手鞠るい／著)
「ようこそ星空としょかんへ、よくいらっしゃいました。」とつぜん男の人の声がした。まるで天井から降ってくるように。

『おもちのきもち』(かがくいひろし／著)
ペッタン、ペッタン何度も頭をたたかれ、のしぼうでのばされたり、ちぎられたりしたおもちはにげだすことにしました。おもちはどうなるのかな?

年末年始休室日のお知らせ

12月28日(水)～1月4日(水)が交流センター図書室はお休みとなります。この期間は貸し出し、リクエスト受付、予約、問い合わせができません。返却は各ポストへお願いします。ご不便をおかけしますがご了承くださいますようお願いします。
池川図書室、長者図書室は12月28日、1月4日の利用はできます。

・・INFORMATION・・

お知らせコーナー

中央西地域包括ケア推進フォーラム ～ACP～「人生のエンディング」をみんなで学び、ともに考える

人生の最後にどう生きたいか考える。大切なことだと分かっていても、なんとなく「縁起でもないから」と避けていませんか？家族や友人に、あなたの願いを伝え、理解してもらう、きっかけ作りとして皆さんの参加をお待ちしています。参加費は無料で、どなたでも参加できます。

■開催日時
1月28日(土)
9時30分～11時30分
(受付　9時～)

■内容
・講演「縁起でもない話の、その前に」
・パネルディスカッション
「縁起でもない話の先にあるもの」

■講師
亀田総合病院
(疼痛・緩和ケア科医長)
蔵本　浩一　氏

■パネリスト
・あおぞら診療所高知潮江
所長(在宅診療所医師)
松本　務　氏
・土佐市在宅医療介護支援
センター　看護師
山崎　千春　氏
・居宅介護支援事業所ぼっちり
主任介護支援専門員
織田　ひとみ　氏
・㈲坂本葬儀社　エンディング
サポート高知
坂本　圭匡　氏

■会場
高知県立ふくし交流プラザ
(高知市朝倉戊375-1)

■定員
300人
事前申し込みが必要です。

■問い合わせ・申し込み先
高知県中央西福祉保健所
☎0889・22・1241

こちらからも
お申込みできます。

放送大学 入学生募集のお知らせ

放送大学は、4月入学生を募集しています。

10代から90代の幅広い世代、約8万5千人以上の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。

授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

卒業すれば学士の学位を取得できます。

放送授業1科目の授業料は1万1千円(入学金は別)。半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。

全国にキャンパスにあたる学習センターやサテライトスペースが設置されており、面接授業(スクーリング)の開講やサークル活動などの学生交流も行われています。

資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学高知学習センター(☎088・843・4864)までご請求ください。

出願期間は、第1回は2月28日まで、第2回は3月14日まで。

令和4年度　自衛官等採用試験のご案内

募集種目		応募資格	受付期間
陸上自衛隊高等工科学校	一　般	17歳未満男子中卒(見込含)	令和5年1月　6日まで
自衛官候補生（第６回）		18歳以上33歳未満	令和5年1月18日まで

自衛隊高知地方協力本部　高知募集案内所
所在地：高知県高知市栄田町2－2－10
よさこい咲都合同庁舎8階
☎(088)823－2006
各種イベント・パンフレット等ございますのでお問い合わせください。

HPはこちらから

仁淀川町食生活改善推進協議会より

レシピの紹介

こんにちは。
今回は「サバ缶のピザトースト」をご紹介します。
ぜひご家庭でも作ってみてください。

サバ缶のピザトースト

栄養成分表(1人分当たり)
・エネルギー：294ｋcal
・たんぱく質：18.5ｇ
・脂質：12.3ｇ
・炭水化物：31ｇ
・食塩相当量：1.4ｇ

材料〈4人分〉

A
- サバの水煮缶 …… 1缶(180g)
- たまねぎ(みじん切り) …… 1/4個
- マヨネーズ …… 小さじ1
- サバの水煮缶の汁 …… 大さじ2
- トマトケチャップ …… 小さじ2
- にんにく(すりおろし) …… 1/2かけ分
- バジル(乾) …… 少々
- ホットペッパーソース …… 少々

食パン(6枚切り) …… 4枚
ピーマン …… 2個
ピザ用チーズ …… 適量

<作り方>
①サバの水煮缶をサバと汁に分けておく。
②ボウルにサバの水煮、みじん切りにしたたまねぎ、マヨネーズを入れてほぐすように混ぜ合わせる。
③別のボウルにAを混ぜ合わせておく。
④食パンにAをぬり、その上に②、輪切りにしたピーマン、ピザ用チーズの順に重ね、トースターで4~5分焼き色がつくまで焼く。
⑤焼きあがったら、残ったAをお好みで上から回しかける。

歳末福引大売出し抽選会のご案内

仁淀地区
■抽選日時
令和５年１月７日(土)
９:00 ～ 13:00
■抽選会場
仁淀多目的研修集会施設
■問い合わせ
仁淀福引会
(仁淀川町商工会仁淀支所)
☎３２－１０６４

吾川地区
■抽選日時
令和５年１月８日(日)
９:00 ～ 13:00
■抽選会場
仁淀川町役場本庁舎
■問い合わせ
吾川地区歳末大売出し実行委員会
(仁淀川町商工会)
☎３５－０２０２

池川地区
■抽選日時
令和５年１月８日(日)
９:30 ～ 14:00
■抽選会場
池川コミュニティセンターを候補に調整中です。
■問い合わせ
池川福引実行委員会
(仁淀川町商工会池川支所)
☎３４－２５２５

地域おこし協力隊がゆく

～今月は竹村匠平隊員です～

「久しぶりの仁淀川町での生活を満喫中」

竹村隊員　水晶淵前にて撮影

高知に帰ってきて約半年、食べて飲んでを繰り返し、一瞬で約8キロ太り人生の体重記録を大幅に更新中の竹村です。久しぶりの地元を堪能しています。庭でBBQをしたり、刺身を食べまくったり、新鮮な野菜を天ぷらにして暴食したりなど太るのは簡単でした（笑）。このままでは見るに堪えないボディになりそうなので、来年の夏に向け今からダイエットを始めます(T_T)

食べ物の話ばかりでしたが、自然の豊かさもとても感じています！子どものころ、嫌というほどに感じていた田舎ならではの時間の流れ方や風景、夏になれば当たり前のように毎日泳いでいた川が、他には無い自慢できるものだったといまさらながら再認識しています。

息子（左）と愛犬（右）

「活動について」

私は今までの経験や思いを他の人に直接伝えるのにぴったりなミッションである「移住相談員」をしています。

主に、移住相談・移住関連ホームページ、SNSの運営・空き家探しなどをしています。県外に出ていた私が言うのもなんですが、こんなにも同年代が少なくなっており、かつ住民が年々減少傾向にあるとは知りませんでした。仁淀川町の良さを多くの人に知ってもらい、仁淀川町を一緒に盛り上げられるような移住者の方を増やせるよう活動していきたいと思っていますので、今後ともどうぞ、よろしくお願いいたします。

庭でバーベキュー

食欲の秋！芸術の秋！
秋に親しむ「紅葉まつり」

11/12

中津渓谷入り口で中津観光協会（竹内博会長）主催の「紅葉まつり」が行われました。

当日は暖かい日差しの中、手打ちそば、杵（きね）つきもち、いも天やクラフトビールなどが販売され、多くの観光客や地元の方が秋の味覚を楽しみました。舞台発表では、なないろのよさこい演舞、輪の会による日本舞踊や、仲町浩二さんの歌謡ショーが行われ、観客は演者の歌や踊りに合わせて一緒に体を揺らすなど、会場は一体となって盛り上がりました。

多くの観光客でにぎわいました

仲町浩二さんの歌謡ショー

なないろのよさこい演舞

人気の杵つきもち

文　芸

投稿をお待ちしています

藪柑子俳句

木犀の香に一休み畑仕事　鎌倉いちいち

恙なく日はまた西に鰯雲　片岡代美子

晩夏光山河静かに時を待つ　小崎　千恵

聞き慣れし夫の替え歌男郎花　尾崎マチエ

ダークダックスの花のメルヘン　夜半の秋　井上　美智

断捨離の本の重さよ九月尽　高橋　幸恵

ほほづきやフルート吹く子の頬の明り　高橋　房子

独り寝や人肌恋し秋の夜　片岡とくぞう

金木犀母にも香り届けたし　隅田　邦子

コンバイン倒れし稲もなんのその　藤原多津子

喜びに予告などなし秋の薔薇　岡辺　初代

ピクシスエポック愛車は走る秋の山　杉本　彰

又ひとつ灯りの消えし秋の暮　片岡　藤美

柿突っ突く鳥見ぬ振りのお裾分け　エルドリッヂ愛未

仁淀俳句会

草枯れて裏の石垣古城めく　吉田豊之祐

小さき淵さざ波鴛鴦が仮の宿　田村　大陸

菊咲いて思ひは昔むかしなり　古味　幸子

松島は詩吟の似合う牡蠣の宿　片岡　稔和

商い百年令和の秋も細々と　松岡　豊子

父母の齢越へてなお生く秋彼岸　山野　一草

きちきちの飛んで又飛ぶ草の色　堀部　貞子

実朝の和歌に憂いや色葉散る　橋本　浩一

あまびえの紙像秋の文化展　田村　千草

投稿（俳句）

小さき手で挿頭す笑顔や月見草　渡邉美津子

秋里盛る仁淀の河辺に同輩思ふ　片岡　光彦

投稿（短歌）

編みたてのオレンジ色のベスト着て　兄は何度もモデル歩きす　中川　弘子

太陽が道をずらして行く9月　灯ともすように彼岸花咲く　貴美代

山影で見えぬ世紀の天体ショー　外はあきらめテレビ中継　秋野　満月さん

ご寄付のお礼

◇広報寄付金

神原　一心　様（高知市）

神原　太一　様（大阪府）

西森　重忠　様（東京都）

ご芳志をありがたくお受けし、町行政ならびに広報発行に有意義に活用させていただきます。

ありがとうございました。

仁淀川町役場

口座振替日のお知らせ

町に納める収納金の
今月の口座振替日は、

12月26日（月）です。

※上記の引き落としができない場合の再度口座振替日は、**令和5年1月10日（火）**となります。

クイズに答えてプレゼントをゲットしよう!

第38回 にょど川クイズ

応募締切 12月12日(月)当日消印有効

Q1 (○に入る言葉をお答えください)

○○避難所とは、沿岸自治体が津波などに襲われた際、長期の避難生活を余儀なくされる人たちを内陸の自治体が受け入れる取り組みです。

Q2 (○に入る言葉をお答えください)

肌の乾燥は、○○○○のサイン。

■応募方法

①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報誌への感想・ご意見を記入し、ハガキまたはメールでご応募ください。

※⑥は「お便りコーナー」で紹介させていただく場合があります。

■あて先

〒781−1592
仁淀川町役場 広報クイズ係まで
✉kikaku@town.niyodogawa.lg.jp

◆11月号の答え　Q1「ノロウイルス」　Q2「秋」
応募者：14人／正解者：14人
※当選者の発表は、厳正な抽選の上、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

トレトレ株式会社・農事組合法人 池川茶業組合 マイボトルのためにつくった「ほうじ茶」ブレンドティー(8p入り) を5名様に！

自生する山野草を中心に使い、繊細な味わいの摘み草ブレンドティーをつくるトレトレ㈱が、「気楽に飲めるふだん使いのお茶を…」と考えて、マイボトル用のブレンドティーをつくりました。

タッグを組んだのは、減農薬栽培でうまい茶をつくる(農)池川茶業組合です。仁淀川の清流と山間ならではの昼夜の寒暖差で育まれるお茶は、香り高くうまみがたっぷり。

ボトルに長時間ティーバッグを入れっぱなしでも、お湯を2、3回つぎ足しても、ずっとおいしく味わえるように、そば茶や桑の葉などをブレンドしました。

家の中で飲む場合は大きめの急須などでもOK。いつものお茶とは少し違うブレンドの味わいをお楽しみください。

中津渓谷ゆの森や池川439交流館でお買い求めいただけます。

(農)池川茶業組合組合長の品原伸さん(左)とトレトレ㈱代表の竹内太郎さん(右)

新商品お披露目会が開催されました

11/4

名野川シェアオフィスで新商品(マイボトルのためにつくった「緑茶」「ほうじ茶」ブレンドティー)のお披露目会が開催され、地元関係者などが集まり、商品の説明を聞いた後、試飲を行いました。

集まった方からは、「お茶を飲んだ後もずっと香りが口の中で続きゆう」、「桑の葉は体にえいし、おいしい」など好評で、新商品をその場で購入する方も多くみられました。

■問い合わせ　トレトレ株式会社　☎36−0133

仁淀川町行事カレンダー(12月・1月)

日	曜日	主な行事	保健衛生	社会福祉協議会 配食・給食	社会福祉協議会 ミニデイ	図書室
5	月		健康相談 (名野川自然環境活用センター　10:30～)	配食	岩柄・名野川	
6	火				寺村	
7	水			配食・給食		休室
8	木	安居神楽　(八所河内神社　12:00頃～)				
9	金			配食	下名野川	
12	月	行政・心配ごと相談 (大崎地域集会所　9:00～12:00)		配食	谷山	
13	火		健康相談 (大西地区多目的集会所　10:30～) パワーリハビリテーション教室 (大崎地域集会所　13:15～)		大西	
14	水			配食・給食		休室
15	木		健康相談(宮首集会所　10:30～) 乳幼児健診(大崎診療所)		高瀬・宮首	
16	金			配食	坂本・潰溜	
19	月		健康相談 (上名野川集会所　10:30～)	配食	上名野川	
20	火	行政・心配ごと・人権相談　(池川コミュニティセンター3階会議室　9:00～12:00)	健康相談 (高齢者生きがい発揮施設　10:30～)		用居・中宮川渡	
21	水			配食・給食		休室
22	木		健康相談 (森　よって家さくらま　10:30～)		森	
23	金			配食		
26	月			配食		
28	水	官庁仕事納め		配食・給食		休室
29	木					休室
30	金					休室
31	土					休室
1	日					休室
2	月					休室
3	火					休室
4	水	官庁仕事始め		配食・給食		休室
6	金		健康相談 (池川コミュニティセンター　10:30～)	配食	池上池下	
10	火				遅越	

※新型コロナウイルスの感染状況により、変更する場合があります。

ごめい福をお祈りいたします

氏名	年齢	死亡月日	地区名
岡崎　富子	88	9月19日	大平
井上　數子	93	9月19日	舟形
山中　美代	68	9月29日	岩丸
西森　サトミ	93	10月6日	織合
吉村　一敏	88	10月13日	霧ノ窪
大田　太猪助	75	10月13日	下土居

氏名	年齢	死亡月日	地区名
片岡　多恵	96	10月15日	森土居
中島　道雄	72	10月17日	大崎
隅田　美代子	88	10月21日	田村
片岡　チヨエ	79	10月21日	寺村
岡辺　勝値	99	10月23日	見ノ越
西村　齢直	93	10月27日	寺野

お便りコーナー

皆さまからいただいたお便りをご紹介します。
今月もたくさんのお便りありがとうございました。

○いつも楽しく広報を読ませていただき、ありがとうございます。写真がよくて感心します。
（埼玉県）

○中学生の全国3位、また小学生の夏季ソフトボール大会「池川子ども会」第3位と大活躍おめでとうございます。人口減の少数県頑張っていることに誇りを感じます。
（鳥取県）

○各学校の運動会の様子を見て、元気にがんばっている姿を嬉しく思いました。来年こそは、地域の者も応援に行ける様になりますように。（大崎）

○図書室へ行くのが楽しみ。最近、借りた「料理家村上祥子式78才のひとり暮らし」は、お手本になることがいっぱい載っていて、真似できることはメモをとり、実践しています。ちゃんと食べる!好きなことをする!ということが、シニア時代を元気に過ごすため大事だと書かれていました。いろいろな本を借りますが、まず開いて読みやすい大きさの字かどうかが重要。同世代の人の書いた本にも興味があり、選ぶのも楽しいです。（土居甲）

○故郷を離れて57年。中学生の夏休みで狩山に帰省中に台風に会い、怖い思いをしました。今も、狩山の台風状況が気になります。今は、叔母と電話で想い出話しには、その時の話題が出ます。いつまでも故郷は大切にしたい。（大阪府）

はじめまして…

三木　絃葉（いとは）ちゃん（日鉄宮ヶ坪）

「兄妹仲良く、すくすく育ってね!」

令和4年3月14日生
保護者／洵・美空

仁淀川町地域流通商品券のお知らせ

まだ使用していない仁淀川町地域流通商品券はありませんか？商品券の使用期限は

令和4年12月31日（土）

■問い合わせ　企画課　☎35−1082

町の人口・世帯数

令和４年11月１日現在
人　口 4,824人（−9）
男　2,342人
女　2,482人
世帯数 2,763世帯
10月中の届出
転入　6人　転出　7人
出生　3人　死亡　11人

（　　）内は前月比

広報によど川

令和4年12月1日発行（No.209）

編集　仁淀川町広報編集委員会
発行　仁淀川町
〒781-1592
高知県吾川郡仁淀川町大崎200
☎0889-35-0111
http://www.town.niyodogawa.lg.jp/
印刷　株式会社高知新聞総合印刷

本紙は再生紙を使用しています。